

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PENINGKATAN
BERAT BADAN IBU PENGGUNA ALAT KONTRASEPSI SUNTIK
DMPA (DEPO MEDROKSI PROGESTERON ESETAT) DI
PUSKESMAS KUMELEMBUAI KABUPATEN
MINAHASA SELATAN**

**Hana Liando
Rina Kundre
Yolanda Bataha**

Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran
Universitas Samratulagi Manado
Email : hanaliandohana@gmail.com

Abstract : Family planning (KB) program is one of the main health service of preventive for women. Increase of weight is one side effects that complained by Family Planning Injection acceptors. **The Objective** of this research is to analyzis the factors increased weight of mother who using DMPA injection (Depot Medroksi Progesterone Acetic) in Health Center In Kumelembuai, South Minahasa region. **Methodology** analysis survey with design cross sectional and statistical test by chi-square test. **Samples** the 33 mothers that are active acceptors using DMPA injectable contraceptive in Puskesmas (Healthy Center) in Kumelembuai, South Minahasa Region. **The results** indicate p value from usage period with increasing weight is $\alpha < 0,05$ ($p = 0,012$), the p value of physical activity with increasing weight $\alpha < 0,05$ ($p = 0,012$) and the p value of diets with increasing weight is $\alpha > 0,05$ ($p = 0,544$). **Conclusions** there is relationship between DMPA period of time (timeline) and physical activity with increased weight. There is no relationship between diets and increased weight of mother who used DMPA contraceptive injection. **Proposition** give the socialization first about the factors of increased weight of using DMPA injection and then hoped the user can be comprehended and apply it.

Keywords : Contraception, Weight

Abstrak : Keluarga Berencana (KB) merupakan salah satu pelayanan kesehatan preventif utama bagi wanita. Penambahan berat badan merupakan salah satu efek samping yang sering dikeluhkan akseptor KB suntik. **Tujuan** penelitian ini menganalisa faktor-faktor yang berhubungan dengan peningkatan berat badan ibu pengguna alat kontrasepsi suntik DMPA (Depo Medroksi Progesteron Asetat) di Puskesmas Kumelembuai Kabupaten Minahasa Selatan. **Metode penelitian** survey analitik dengan *design cross sectional* dan uji statistik yang digunakan yaitu uji *chi-square*. **Sampel** yaitu akseptor yang aktif menggunakan kontrasepsi suntik DMPA yakni 33 ibu. **Hasil penelitian** ini menunjukkan nilai p dari jangka waktu penggunaan dengan peningkatan berat badan adalah $\alpha < 0,05$ ($p = 0,021$), nilai p dari aktivitas fisik dengan peningkatan berat badan adalah $\alpha < 0,05$ ($p = 0,042$) dan nilai p pola makan dengan peningkatan berat badan adalah $\alpha > 0,05$ ($p = 0,072$). **Kesimpulan** Terdapat hubungan antara jangka waktu penggunaan dan aktivitas fisik dengan peningkatan berat badan ibu pengguna alat kontrasepsi suntik DMPA. Tidak terdapat hubungan antara pola makan dengan peningkatan berat badan ibu pengguna alat kontrasepsi suntik DMPA. **Saran** memberikan sosialisasi terlebih dahulu mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan peningkatan berat badan dalam penggunaan alat kontrasepsi suntik DMPA dan diharapkan akseptor dapat memahami dan menerapkannya.

Kata Kunci : Kontrasepsi, Berat badan

PENDAHULUAN

Program Keluarga Berencana (KB) nasional telah diawali dan dirancang oleh pemerintah pada tahun 1974. Tujuan dari pemerintah tersebut untuk mengurangi jumlah penduduk dan juga mengurangi tingkat kematian pada ibu hamil dan bayi yang dilahirkan. Pelayanan Keluarga Berencana (KB) merupakan salah satu usaha untuk menurunkan angka kesakitan dan kematian ibu yang sedemikian tinggi akibat kehamilan yang diawali oleh wanita (Herti, 2008).

Keluarga Berencana (KB) merupakan salah satu pelayanan kesehatan preventif yang paling dasar dan utama bagi wanita, meskipun demikian tidak selalu diakui demikian. Dalam memilih suatu metode, wanita harus menimbang berbagai faktor, termasuk status kesehatan mereka, efek samping potensial suatu metode, konsekuensi terhadap kehamilan yang tidak diinginkan, kerja sama pasangan dan norma budaya mengenai kemampuan mempunyai anak (Maryani, 2008).

Penambahan berat badan merupakan salah satu efek samping yang sering dikeluhkan oleh akseptor KB suntik. Efek samping suatu metode kontrasepsi merupakan suatu faktor yang perlu dipertimbangkan dalam menentukan keputusan terhadap kelangsungan pemakaian metode kontrasepsi. Maka perlu di upayakan perlindungan dari efek samping sekaligus kelestariannya. (Hartanto, 2004).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan sebelumnya di kelurahan Tarok Dipo wilayah kerja Puskesmas Guguk Panjang Bukittinggi menunjukkan bahwa dari 62 responden terdapat 33 atau 53,2% akseptor KB suntik DMPA mengalami kenaikan berat badan (Nofria, 2013).

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pada ibu pengguna alat kontrasepsi suntik DMPA (Depo Medroksi Progesteron Asetat) dengan judul : Faktor-

Faktor yang Berhubungan dengan Peningkatan Berat Badan pada Ibu Pengguna Alat Kontrasepsi Suntik DMPA (Depo Medroksi Progesteron Asetat) di Puskesmas Kumelembuai Kabupaten Minahasa Selatan.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian survey analitik dengan *design cross sectional* (Setiadi, 2013). Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 2 Maret – 13 Maret 2015 di Puskesmas Kumelembuai Kecamatan Kumelembuai Kabupaten Minahasa Selatan.

Populasi seluruh ibu pengguna alat kontrasepsi suntik DMPA yang ada di Puskesmas Kumelembuai Kabupaten Minahasa Selatan yakni sebanyak 33 orang dan sampel sebanyak 33 orang dengan menggunakan teknik *total sampling* dimana semua populasi diambil sebagai sampel. Instrumen penelitian yang digunakan adalah berbentuk kuesioner *food frequency*, kuesioner aktivitas fisik, rekam medik kartu status peserta KB dan wawancara. Kuesioner *food frequency* bertujuan untuk melihat seberapa sering ibu mengonsumsi jenis-jenis makanan sumber karbohidrat, sumber protein, sumber serat dan makanan siap saji. Setiap pernyataan dijawab dengan pilihan kategori sering yaitu 4-7 kali per minggu dan kategori jarang yaitu 1-3 kali per minggu. Kuesioner aktivitas fisik terdiri dari 6 pertanyaan dan penentuan jawaban menurut skala Likert dimana jawaban Tidak Pernah diberi nilai 1, Jarang diberi nilai 2, Kadang-kadang diberi nilai 3, Sering diberi nilai 4 dan Sangat Sering diberi nilai 5. Untuk penetapan kategori dilakukan berdasarkan median, yaitu :

- Skore terendah x jumlah pertanyaan :
 $1 \times 6 = 6$
- Skore tertinggi x jumlah pertanyaan :
 $5 \times 6 = 30$
- Nilai median yang diperoleh adalah :

$(6 + 30) : 2 = 18$ dengan kategori ringan jika skor jawaban < 18 (nilai median) dan kategori berat jika skor jawaban ≥ 18 .

Rekam medik kartu status peserta KB suntik digunakan untuk melihat kenaikan berat badan yang dialami oleh akseptor. Disitu akan dilihat apakah akseptor mengalami peningkatan berat badan 1-5 kg, > 5 kg atau tidak mengalami peningkatan berat badan/berat badan tetap. Wawancara akan dilakukan apabila masih ada hal-hal yang perlu ditanyakan kepada responden atau data yang belum jelas terisi di lembar kuesioner atau di rekam medik kartu status peserta KB.

Prosedur Pengumpulan Data Tahap persiapan : Kegiatan penelitian ini yang dilakukan meliputi survei pendahuluan, pengajuan judul dan pembuatan proposal. Setelah selesai pembuatan proposal dan konsultasi proposal kemudian dilakukan seminar ujian proposal dan dilanjutkan dengan pengesahan proposal. Setelah proposal telah disahkan maka pembuatan surat permohonan izin penelitian untuk diberikan di Puskesmas Kumelembuai Kabupaten Minahasa Selatan. Setelah surat izin diterima, peneliti melakukan sosialisasi judul, manfaat, tujuan dan proses penelitian yang akan dilakukan. Untuk pelaksanaan penelitian, peneliti menunggu responden yang memiliki jadwal suntik bulan maret di Puskesmas sedangkan untuk menemui responden yang lain peneliti melakukan kunjungan ke rumah masing-masing responden. Pada saat penelitian berlangsung, peneliti memberitahukan maksud penelitian kepada responden dan didahului dengan memperkenalkan diri kemudian memberikan lembar persetujuan kepada responden yang termasuk dalam kriteria yang sudah ditetapkan sebelumnya. Setelah responden menyetujui lembar persetujuan untuk siap menjadi responden, peneliti membagikan kuesioner yang terdiri dari beberapa pertanyaan yang harus di jawab atau diisi oleh responden.

Setelah prosedur selesai dan data terkumpul, peneliti melakukan pemeriksaan kelengkapan dari data yang diperoleh dari responden. Apabila ada hal-hal yang peneliti perlu ditanyakan atau yang belum jelas terisi di lembar kuesioner maka peneliti berkomunikasi langsung dengan responden dengan cara wawancara. Kelengkapan data lainnya dilihat dari rekam medik kartu status peserta KB dari masing-masing responden kemudian di catat oleh peneliti. Hasil data yang diperoleh akan diolah oleh peneliti sendiri.

Prosedur pengolahan data : *Editing* (Memeriksa), *Coding* (Memberi Tanda Kode), *Processing*, *Pembersihan Data* (*Cleaning*). Analisis univariat dalam penelitian ini adalah melihat gambaran karakteristik responden dan variabel dependen yang dianalisa adalah kebermaknaan hidup pada lansia. Analisa Bivariat dengan menggunakan uji *chi-square* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha \leq 0,05$) namun karena hasil yang didapatkan tidak memenuhi syarat maka digunakan uji alternatif yaitu uji *kolmogorov-smirnov*.

HASIL dan PEMBAHASAN

A. Analisa Univariat

Analisis univariat dalam penelitian ini yaitu terdiri dari umur, jangka waktu penggunaan, pola makan, aktivitas fisik dan kenaikan berat badan yang akan dijelaskan pada uraian berikut ini :

1. Umur

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur Responden

Umur	n	%
21-25 Tahun	8	24,2
26-30 Tahun	13	39,4
31-35 Tahun	5	15,2
36-40 Tahun	4	12,1
> 40 Tahun	3	9,1
Total	33	100

Sumber : Data Primer 2015

2. Jangka Waktu Penggunaan

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jangka Waktu Penggunaan Alat Kontrasepsi Suntik DMPA (Depo Medroksi Progesteron Asetat)

Jangka Waktu Penggunaan	n	%
Cukup Lama	16	48,5
Lama	17	51,5
Total	33	100

Sumber : Data Primer 2015

3. Pola Makan

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pola Makan Responden

Pola Makan	n	%
Sering	2	6,1
Jarang	31	93,9
Total	33	100

Sumber : Data Primer 2015

4. Aktivitas Fisik

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Aktivitas Fisik Responden

Aktivitas Fisik	n	%
Ringan	10	30,3
Berat	23	69,7
Total	33	100

Sumber : Data Primer 2015

5. Kenaikan Berat Badan

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kenaikan Berat Badan Responden

Kenaikan Berat Badan	n	%
Tetap	1	3
1-5 kg	21	63,6
> 5 kg	11	33,3
Total	33	100

Sumber : Data Primer 2015

B. Analisa Bivariat

Table 6. Analisis hubungan jangka waktu penggunaan dengan peningkatan berat badan ibu pengguna alat kontrasepsi suntik DMPA (Depo Medroksi Progesteron Asetat)

Jangka Waktu Penggunaan	Kenaikan Berat Badan (kg)						<i>p value</i>
	Tetap		1-5 kg		> 5 kg		
	n	%	n	%	n	%	

Cukup Lama	1	12,5	14	75	1	12,5	0.021
Lama	0	0	7	41,2	10	58,8	
Total	1		21		11	33	

Sumber : Data Primer 2015

Tabel 7. Analisis hubungan pola makan dengan peningkatan berat badan ibu pengguna alat kontrasepsi suntik DMPA (Depo Medroksi Progesteron Asetat)

Pola Makan	Kenaikan Berat Badan (kg)						<i>p value</i>
	Tetap		1-5 kg		> 5 kg		
	n	%	n	%	n	%	
Sering	0	0	2	100	0	0	0.972
Jarang	1	3,2	19	61,3	11	35,5	
Total	1		21		11		

Sumber : Data Primer 2015

Tabel 8 . Analisis hubungan aktivitas fisik dengan peningkatan berat badan ibu pengguna alat kontrasepsi suntik DMPA (Depo Medroksi Progesteron Asetat)

Aktivitas Fisik	Kenaikan Berat Badan (kg)					
	Tetap		1-5 kg		> 5 kg	
	n	%	n	%	n	%
Ringan	0	0	3	30	7	70
Berat	1	4,3	18	78,3	4	17,4
Total	1		21		11	

Sumber : Data Primer 2015

C. PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan selama kurang lebih dua minggu dari tanggal 2 Maret – 13 Maret 2015 di Puskesmas Kumelembuai Minahasa Selatan.

Pada beberapa kategori penilaian dalam penelitian ini didapati bahwa sebagian besar ibu dengan umur 26-30 tahun yakni sebanyak 13 ibu (39,4%) sesuai data jumlah akseptor KB suntik DMPA yang diperoleh di Puskesmas Kumelembuai bahwa sebagian besar ibu berusia di atas 25 tahun yakni sekitar 65%. Dengan jangka waktu penggunaan KB suntik DMPA yang lama yakni 17 ibu (51,5%) hal ini ditunjang dengan penelitian yang dilakukan oleh Diana (2009) dimana dari 30 responden terdapat 15 ibu (50%) yang jangka waktu penggunaan KB suntik DMPA lebih dari 4 tahun atau termasuk dalam kategori jangka waktu penggunaan yang lama. Pola makan responden dinilai dari seberapa sering mengkonsumsi jeni-jenis makanan sumber karbohidrat, serat, lemak, protein dan makanan siap saji dan didapati sebagian besar jeni-jenis makanan tersebut jarang dikonsumsi oleh responden yakni terdapat 31 ibu (93,9%). Dan aktivitas fisik responden sebagian besar adalah responden dengan aktivitas fisik yang berat yakni terdapat 23 ibu (69,7%) sedangkan kenaikan berat badan responden sebagian besar mengalami

kenaikan berat badan 1-5 kg yakni 21 ibu (63,6%).

Berdasarkan hasil analisis *chi-square* (*pearson chi-square*) namun tidak memenuhi syarat maka digunakan uji alternatif yaitu uji *kolmogorov-smirnov*, menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara jangka waktu penggunaan dengan peningkatan berat badan ibu pengguna alat kontrasepsi suntik DMPA (Depo Medroksi Progesteron Asetat). Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Winarsih (2012), bahwa terdapat perbedaan yang signifikan rata-rata berat badan sesudah penggunaan alat kontrasepsi suntik DMPA yaitu dalam jangka waktu penggunaan lebih dari satu tahun. Pada pemakaian lebih dari dua tahun rata-rata berat badan mengalami peningkatan. Penelitian selanjutnya dari Sriwahyuni Efi (2010), dimana penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara lama penggunaan alat kontrasepsi hormonal dengan peningkatan berat badan yaitu dalam jangka waktu penggunaan lebih dari satu tahun sebagian besar responden mengalami peningkatan berat badan dan hanya empat responden yang tidak mengalami peningkatan berat badan sedangkan jangka waktu penggunaan kurang dari satu tahun sebagian besar mengalami peningkatan berat badan dan 17 responden yang tidak mengalami peningkatan berat badan.

Hal ini juga didukung oleh teori Hartanto (2004) yang menyatakan umumnya penambahan berat badan tidak terlalu besar, bervariasi antara kurang dari 1 kg sampai 5 kg dalam tahun pertama dan mengalami peningkatan lemak tubuh sebanyak 3,4% dalam waktu pemakaian dua tahun keatas.

Berdasarkan hasil analisis *chi-square* (*pearson chi-square*) namun tidak memenuhi syarat maka digunakan uji alternatif yaitu uji *kolmogorov-smirnov*, menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pola

makan dengan peningkatan berat badan ibu pengguna alat kontrasepsi suntik Depo Medroksi Progesteron Asetat (DMPA).

Menurut Nurahmah (2007) dalam Diana (2009) efek penambahan berat badan pada pemakaian KB suntik DMPA disebabkan karena pengaruh hormon progesteron yang mempermudah perubahan karbohidrat dan gula yang dikonsumsi dari makanan menjadi lemak. Namun demikian terdapat juga beberapa usaha yang dapat dilakukan untuk mengurangi berat badan antara lain olahraga, mengonsumsi serat makanan, mengurangi konsumsi lemak, lebih banyak mengonsumsi protein dan serat serta adanya perubahan perilaku. Menurut Narudin (2008) dalam Haryani Dwi (2010), faktor psikologis juga mempengaruhi kebiasaan makan, bahkan ada orang yang tiba-tiba ingin makan banyak saat sedang emosi. Selain itu, metabolisme yang lambat juga dapat meningkatkan berat badan karena perempuan mempunyai otot tubuh yang lebih kecil dari laki-laki, otot membakar kalori lebih banyak dari jaringan tubuh yang lain sehingga metabolisme pada perempuan jauh lebih lambat dari pada laki-laki. Hal ini akan menyebabkan perempuan akan lebih mudah gemuk jika dibanding dengan laki-laki. Faktor psikologis juga mempengaruhi kebiasaan makan, bahkan ada orang yang tiba-tiba ingin makan banyak saat sedang emosi.

Hasil penelitian berbeda yang dilakukan oleh Andriardus (2011) di SMA 4 Semarang mengenai hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan kejadian berat badan lebih dengan menggunakan uji *pearson chi-square* dengan hasil $p = 0,005$ berarti pola makan merupakan faktor resiko dari kejadian *overweight* dan secara statistik terdapat hubungan bermakna antara pola makan dan berat badan lebih.

Menurut Ardi (2007) dalam Haryani Dwi (2010) penyebab adanya keseimbangan berat badan dimungkinkan

karena didalam usia yang masih reproduksi sehat atau usia produktif mereka masih mempunyai semangat untuk beraktivitas fisik, masih mempunyai keinginan kuat untuk menjaga berat badan agar tetap ideal dengan cara berdiet.

Oleh karena itu sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti bahwa umur terbanyak responden yang memakai kontrasepsi suntik DMPA adalah antara umur 21-30 tahun yaitu sebanyak 21 responden, maka menurut peneliti hal ini dikarenakan usia antara 20-35 tahun dikategorikan tingkat kesuburan reproduksi lebih tinggi dibanding dalam usia kurang dari 20 tahun dan lebih dari 35 tahun serta faktor jenis kelamin karena dalam penelitian ini responden semuanya berjenis kelamin perempuan sehubungan dengan judul penelitian ini lakukan pada akseptor alat kontrasepsi suntik DMPA yang digunakan khusus pada perempuan, dimana sesuai teori pendukung diatas bahwa perempuan akan lebih mudah gemuk jika dibanding dengan laki-laki oleh karena otot tubuh yang lebih kecil, otot membakar kalori lebih banyak dari jaringan tubuh yang lain sehingga metabolisme pada perempuan jauh lebih lambat dari pada laki-laki.

Berdasarkan hasil analisis *chi-square* (*pearson chi-square*) namun tidak memenuhi syarat maka digunakan uji alternatif yaitu uji *kolmogorov-smirnov*, menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan peningkatan berat badan ibu pengguna alat kontrasepsi suntik Depo Medroksi Progesteron Asetat (DMPA).

Menurut Wijayanti (2006), bahwa aktivitas fisik dapat mempengaruhi peningkatan berat badan seseorang. Hal ini disebabkan karena asupan energi yang melebihi kebutuhan tubuh yang biasanya dialami oleh orang yang kurang olah raga atau kurang aktivitas fisik sehingga energi yang masuk kedalam tubuh tidak dibakar atau digunakan yang kemudian disimpan dalam bentuk lemak sehingga

menyebabkan berat badan naik. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Andriardus (2011) di SMA 4 Semarang mengenai hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan kejadian berat badan lebih dengan menggunakan uji *pearson chi-square* dengan hasil terdapat hubungan yang bermakna atau signifikan dan secara statistik terdapat hubungan bermakna antara aktivitas fisik dengan berat badan lebih.

Menurut peneliti, meskipun aktivitas fisik seseorang dikatakan aktivitas fisik berat namun ada beberapa pertimbangan juga misalnya aktivitas hanya dilakukan di dalam rumah sebagai ibu rumah tangga. Karena aktivitas di rumah relatif sedikit karena ada sarana pembantu yang mengerjakan keperluan mereka, sehingga cenderung aktivitas yang dilakukan tidak begitu banyak mengeluarkan energi sehingga asupan nutrisi yang dimasukkan ke dalam tubuh tidak seimbang dengan energi yang dikeluarkan lewat aktivitas fisik yang dilakukan maupun yang dikeluarkan lewat keringat atau pembakaran lemak. Dan penelitian yang dilakukan peneliti sebagian besar pekerjaan responden adalah ibu rumah tangga.

SIMPULAN

Sebagian besar responden telah menggunakan alat kontrasepsi suntik dalam jangka waktu penggunaan yang lama yakni > 4 tahun (51,5%). Sebagian besar responden memiliki pola makan atau kebiasaan mengkonsumsi jenis makanan sumber karbohidrat, protein, lemak, serat dan makanan siap saji yang jarang (93,9%). Sebagian besar responden menjalani aktivitas fisik yang berat (69,7). Sebagian besar responden mengalami peningkatan berat badan yakni 1-5 kg (63,6). Terdapat hubungan yang signifikan antara jangka waktu penggunaan alat kontrasepsi suntik DMPA dengan peningkatan berat badan. Terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas

fisik dengan peningkatan berat badan ibu pengguna alat kontrasepsi suntik DMPA. Tidak adanya hubungan antara pola makan dengan peningkatan berat badan ibu pengguna alat kontrasepsi suntik DMPA.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriardus. (2011). *Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Berat Badan Lebih pada Remaja*. Semarang.
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. (2007). *Pencapaian Peserta KB Baru Menurut Jenis Kontrasepsi*. Sulawesi Utara. <http://sulut.bkkbn.go.id/data/default.aspx> Diakses tanggal 25 November 2014 pukul 20:18 WITA.
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. (2010). *Kebijakan teknis KB dan Kesehatan Reproduksi*. Jakarta.
- Dahlan Sopiudin. (2011). *Statistik Untuk Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Depkes RI. (2008). *Pedoman Penanggulangan Efek Samping Komplikasi Kontrasepsi*. Jakarta : YBPSP.
- Diana. (2009). *Hubungan Antara Lama Pemakaian Alat Kontrasepsi Suntik Depo Medroksi Progesteron Asetat (DMPA) dengan Peningkatan Berat Badan*. Surakarta : eprints.uns.ac.id/5734/1/106082210200908091.pdf Diakses tanggal 18 November 2014 pukul 13:31 WITA.
- Hartanto, Hanafi. (2004). *Keluarga Berencana dan Kontrasepsi*. Jakarta : Pustaka Sinar Harapan.

- Haryani Dwi. (2010). *Pengaruh Frekuensi Kontrasepsi Suntik DMPA Terhadap Kenaikan Berat Badan pada Akseptor Kontrasepsi Suntik DMPA*. Semarang : Bidan Prada.
- Herti. (2008). *Faktor yang Berhubungan dengan Pemakaian KB Suntik*. Jakarta : <http://www.Scrib.com/doc/1404474> 5 Diakses tanggal 18 November pukul 13:45 WITA.
- Icemi Sukarni K & Wahyu P. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta : Nuha Medika Pustaka.
- Kusumaningrum, Radita. (2009). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pemilihan Jenis Kontrasepsi yang Digunakan pada Pasangan Usia Subur*. http://eprints.undip.ac.id/19194/1/Radita_Kusumaningrum.pdf Diakses tanggal 29 Oktober 2014.
- Maryani. (2008). *Cara Tepat Untuk Memilih Alat Kontrasepsi Keluarga Berencana Bagi Wanita*. <http://www.Scribd.com/doc/144044745>. Diakses tanggal 3 November 2014.
- Misnadiarly. (2007). *Obesitas Sebagai Faktor-Faktor Beberapa Penyakit*, Jakarta : Pustaka Obor Populer.
- Nofria Sari. (2013). *Hubungan Penggunaan KB Suntik Tiga Bulan dengan Kenaikan Berat Badan pada Akseptor KB di Kelurahan Tarok Dipo Wilayah Kerja Guguk Panjang Bukittinggi*.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Penerbit RINEKA.
- Pendit Brahm & Winny. (2006), *Ragam Metode Kontrasepsi*, Jakarta : Buku Kedokteran EGC.
- PSIK Universitas Sam Ratulangi (2014). *Panduan Penulisan Tugas Akhir Proposal dan Skripsi*. Manado.
- Saifuddin, Abdul Bari. (2006). *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka.
- Setiadi. (2013). *Konsep dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan* (2nd ed). Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Sri, Handayani. (2010). *Buku Ajar Pelayanan Keluarga Berencana*. Yogyakarta : Pustaka Rihama.
- Sriwahyuni Efi. (2010). *Hubungan antara Jenis dan Lama Pemakaian Alat Kontrasepsi Hormonal dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor*. Surabaya. FKM UNA.
- Suyanto. (2011). *Metodologi dan Aplikasi Penelitian Keperawatan*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Wijayanti. (2006). *Perbedaan Peningkatan Berat Badan Antara Akseptor Keluarga Berencana suntik Progesteron Tunggal Dan Kombinasi Progesteron Estrogen di Klinik Kebidanan Dan Reproduksi Bahagia Surakarta*. Surakarta : UNS.
- Winarsih. (2012). *Pengaruh Kontrasepsi Hormonal Terhadap Berat Badan dan Lapisan Lemak pada Akseptor Kontrasepsi Suntik DMPA*. Surakarta.
- Wita, Rizki. (2009). *Hubungan Antara Pola Makan Aktivitas Fisik dan Status Gizi dengan Lemak Tubuh pada Pramusaji Unit Pelayanan Gizi RSUPN Dr. Cipto Mangunkusumo*. Jakarta : UI.